

Guide de préparation : Une journée idéale à la Plage du Liouquet

Équipement essentiel

- Protection solaire : crème indice 50+, lunettes de soleil et chapeau
- Hydratation : au moins 1,5L d'eau par personne
- Confort : serviettes de plage, parasol et tapis de sol
- Chaussures adaptées : sandales ou chaussons de mer (la plage peut comporter des galets ou rochers)
- Sac étanche pour protéger vos objets de valeur et appareils électroniques

Sécurité et baignade

- Vérifier les conditions météorologiques et l'état de la mer avant le départ
- Surveiller en permanence les enfants, même dans peu d'eau
- Respecter les zones de baignade délimitées
- Ne pas surestimer ses capacités physiques en cas de courant
- Avoir un téléphone chargé pour les urgences

Respect de l'environnement

- Zéro déchet : rapporter tous ses déchets, y compris les mégots
- Utiliser des crèmes solaires respectueuses des écosystèmes marins
- Ne pas prélever de coquillages, galets ou espèces protégées
- Respecter la tranquillité des lieux et la faune locale
- Utiliser les poubelles de tri sélectif situées aux accès de la plage

Conseils pratiques pour le Liouquet

- Privilégier une arrivée matinale pour faciliter le stationnement
- Prévoir un sac pour ramasser les éventuels déchets trouvés sur le sable
- Consulter les horaires des marées si nécessaire
- Prévoir un en-cas léger pour éviter les baisses d'énergie